

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

AUTEUR DES PROPOS & SOURCE DE L'INFORMATION	AVANTAGES DE LA COLLATION DU MATIN	INCONVENIENTS DE LA COLLATION DU MATIN	RECOMMANDATIONS
<p>Marie Laure FRELUT (pédiatre Hôpital Robert Debré, spécialiste de l'obésité) <i>Source : TF1 [en ligne], 01.10.2003</i></p>		<ul style="list-style-type: none"> • « le vrai problème des collations, c'est qu'on en arrive à gaver tout le monde, alors que la plupart des enfants n'en ont pas besoin ! » • repas le plus gras de la journée à cause de sa composition : gâteaux, barres chocolatées, pains au chocolat • vraie compétition entre les parents : « c'est à qui donnera à son enfant le biscuit le plus à la mode, souvent le plus gras et le plus cher ! » 	<p>Offrir un petit déjeuner aux enfants qui n'en ont pas pris</p>
<p>SNUIPP_FSU (syndicat enseignant majoritaire) <i>Source : http://www.snuipp.fr, mis en ligne le 3 mars 2004</i> + <i>Libération [en ligne], 4 mars 2004</i></p>	<p>S'inquiète d'une éventuelle interdiction de la collation matinale</p>		<p>« Avant toute injonction nouvelle, le SNUIPP propose que l'éducation nationale recense les initiatives nombreuses existant dans ce domaine »</p> <p>« Il demande que le Ministère n'oublie pas la concertation avec les équipes enseignantes qui sont au contact quotidien avec des enfants dont les conditions de vie sont parfois très différentes (problème de trajet, heure de levée, carences alimentaires,...) »</p>

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>UNAF <i>Source : Yahoo actualités [en ligne], 10 mars 2004</i></p>		<p>Collation matinale systématique accompagnée d'aliments trop riches en sucre, lipides, voire trop salés</p>	<p>A remis en cause (avant l'avis de l'AFSSA) le bien fondé de la collation matinale systématique accompagnée d'aliments trop riches en sucre, lipides, voire trop salés</p> <p>UNAF souhaite que des mesures spécifiques soient prises pour les 10% d'enfants qui ne prennent pas de petits-déjeuners ainsi que pour les enfants issus de familles en situation de précarité</p> <p>UNAF souhaite la mise en place d'un plan de prévention relatif aux éventuels déficits en calcium des enfants</p>
<p>Association Amalthée (de promotion de la distribution de lait à l'école) <i>Source : Libération [en ligne], 4 mars 2004</i></p>	<p>A mis en doute les bases scientifiques de l'enquête de l'AFSSA</p>		<p>Nécessité de maintenir la collation, à condition qu'elle ait lieu entre 8h30 et 9h30 pour ne pas couper l'appétit pour le déjeuner, et qu'elle ne soit pas accompagnée de gâteaux</p>
<p>Xavier Darcos (ancien ministre de l'enseignement scolaire) <i>Source : Libération [en ligne], 4 mars 2004</i></p>			<p>A décidé d'attendre sur ce dossier, qu'il a lui-même initié</p> <p>A précisé « qu'il n'était pas question d'interdire la collation matinale pour le moment et que toute décision éventuelle dépendrait des résultats de la concertation et de la position à ce propos des partenaires »</p>

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>Ville de Carquefou <i>Source : http://www.mairie-carquefou.fr, consulté le 20/04/2004</i></p>			<p>Maintenir les briquettes de lait (que la ville distribue déjà)</p> <p>Eviter la distribution entre les repas constitués (biscuits, viennoiseries)</p> <p>Sensibiliser les parents afin que cette collation ne se substitue pas au petit déjeuner</p>
<p>Dossier paru dans <i>La Voix du Nord [en ligne], 10 mars 2004</i></p>		<p>« Autre crainte des scientifiques : que la collation du matin constitue un contre-message nutritionnel, puisqu'elle laisse croire que le nombre de repas peut être multiplié et favorise le grignotage »</p> <p>« La collation pourrait aussi inciter certains parents à supprimer le petit déjeuner, puisqu'ils ont la garantie que leur enfant mangera quelque chose dans la matinée »</p>	
<p>Avis de l'AFSSA <i>Source : http://www.afssa.fr, consulté le 04/03/04</i></p>	<p>Compte-tenu de l'augmentation de l'incidence de l'obésité, la ou les collations doivent viser à pallier des apports insuffisants (absence de petit déjeuner à domicile par exemple)...</p>	<p>Le coup de barre de fin de matinée n'est qu'un moment de fatigue et n'est pas la conséquence d'une hypoglycémie</p> <p>... et non pas à augmenter l'ingestion calorique au-delà des apports nutritionnels recommandés</p>	<p>L'AFSSA estime que la collation du matin à l'école, de par sa composition, son horaire, son caractère systématique n'est pas justifiée et ne constitue pas une réponse adaptée à l'absence de petit déjeuner</p> <p>La distribution de fruits et légumes (cf objectif du PNNS) devrait être renforcée dans le cadre de repas structurés (petit-déjeuner, déjeuner, goûter)</p>

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>Avis de l'AFSSA <i>Source : http://www.afssa.fr, consulté le 04/03/04</i></p>		<p>La collation constitue un contre-message nutritionnel puisqu'elle suggère que le nombre de prises alimentaires doit être multiplié et qu'il faut manger avant même que la sensation de faim soit ne soit ressentie, ce qui peut entraîner une destruction des rythmes alimentaires et une apparition de troubles du comportement alimentaire (grignotage)</p> <p>L'institutionnalisation de la collation du matin dans le cadre scolaire pourrait inciter certains parents et plus tard certains enfants à supprimer le petit déjeuner</p>	<p>La distribution de lait n'est pas justifiée</p> <p>Il pourrait être proposé de ne distribuer aux seuls enfants qui ne l'auraient pas pris, et ce dès l'arrivée à l'école et avant le début de la classe, un petit déjeuner équilibré dont la composition serait conforme aux instructions de la circulaire sur la restauration scolaire</p> <p>Des actions de communication et d'information, auprès de l'ensemble des acteurs du milieu scolaire, sont nécessaires pour une bonne appropriation des arguments en faveur du caractère injustifié et inadapté de la collation du matin</p>
<p>Commission départementale consultative des restaurants scolaires de la Gironde, 01/09/2001 <i>Consulté le 23/03/2004 sur le site de l'Inspection Académique de Gironde : http://www.ac-bordeaux.fr/ia33/publications/collations_gouters.pdf</i></p>		<p>Les collations sont souvent trop importantes et mal équilibrées, saturant l'appétit de l'enfant pour le repas de midi</p> <p>L'alimentation se retrouve totalement déséquilibrée sur la journée</p>	<p>Les collations sont déconseillées à l'exception des cas où l'enfant aurait « raté » le petit déjeuner familial ou qu'il soit amené très tôt à la garderie du matin, les parents pourront fournir un goûter individuel qu'il pourra consommer dès son arrivée à l'école</p> <p>Si une collation est organisée par le service de restauration de l'établissement, il faut savoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - qu'elle ne doit jamais avoir lieu après 9h30 - qu'elle ne doit pas remplacer le petit déjeuner familial - elle pourra se composer : d'un jus de fruit (100% ou pur jus car

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>Commission départementale consultative des restaurants scolaires de la Gironde, 01/09/2001 <i>Consulté le 23/03/2004 sur le site de l'Inspection Académique de Gironde : http://www.ac-bordeaux.fr/ia33/publications/collations_gouters.pdf</i></p>			<p>sans sucre), ou d'un biscuit, ou de préférence d'une briquette de lait pour sa teneur en calcium, d'eau non sucrée</p> <p>Eviter les fromages, laitages frais et charcuteries pour lesquels la maîtrise de l'hygiène est difficile (rupture de la chaîne du froid)</p>
<p>Le petit goûter à l'école : éléments pour un discernement / BOGGIO Vincent <i>Source : Médecine & Enfance, vol 22, n°7, sept 2002</i></p>	<p>Convivialité</p> <p>Plaisir trouvé par les enfants</p>	<p>Les enfants trop gros peuvent difficilement en maternelle satisfaire au respect de la règle n°1 de la maîtrise du comportement alimentaire : je ne mange pas en dehors des repas</p> <p>Il apparaît inopportun d'inciter les enfants à manger les jours de classe à des heures différentes de celles où ils mangent les autres jours (dérèglement de la régulation du bilan énergétique)</p> <p>Les prises alimentaires supplémentaires organisées vers 10h à l'école et parfois au lever de sieste constituent des grignotages institutionnalisés</p> <p>La distribution en classe d'aliments de provenance et de composition non contrôlées n'est pas judicieuse (cf intoxications et allergies alimentaires)</p> <p>L'hypoglycémie de l'enfant qui n'a pas déjeuner le matin est un mythe</p> <p>Il est bien possible que la perspective de la collation conduise certains</p>	<p>Si l'on s'inquiétait réellement de l'absence de petit déjeuner chez un écolier, la compensation logique serait de servir un petit-déjeuner à cet enfant dès son arrivée à l'école, et non pas de proposer ultérieurement une collation à tous les enfants, y compris à ceux qui ont déjeuné</p>

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>Le petit goûter à l'école : éléments pour un discernement / BOGGIO Vincent Source : Médecine & Enfance, vol 22, n°7, sept 2002</p>		<p>parents à réduire ou à supprimer le petit déjeuner</p> <p>Le souci légitime de corriger l'insuffisance éventuelle des apports en certains nutriments dans les milieux défavorisés réclame d'autres solutions que la distribution indifférenciée d'aliments à tous les écoliers</p>	
<p>La collation en maternelle : vers un guide des bonnes pratiques / Bastien Marie Christine Source : <i>La santé de l'homme</i>, n°354, juillet-août 2001</p> <p>Travail en cours à la ville de Nanterre (direction de la santé) : 01.41.37.58.88</p>	<p>Convivialité</p> <p>Pallier l'insuffisance du petit déjeuner (inexistant, pris trop tôt, peu copieux, mal équilibré)</p> <p>Répondre aux besoins de l'enfant</p> <p>Temps d'apprentissage (éveil sensoriel)</p>	<p>Question de la nécessité de la collation sur le plan physiologique</p> <p>Question de l'horaire de la collation</p> <p>Question de sa durée</p> <p>Question du choix des aliments proposés</p> <p>Question des règles d'hygiène</p> <p>Question de son déroulement</p> <p>Place de la collation dans les objectifs de l'école (contenu pédagogique)</p> <p>Comment gérer l'hétérogénéité des comportements des enfants face à la nourriture (la convivialité de la collation peut-elle inciter les enfants à consommer sans faim, faut-il les laisser se resservir, quels aliments interdire ?</p>	

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>Le goûter du matins dans les écoles maternelles : enquête auprès des parents / TREPPOZ Sylvie. Source : document de l'Association française de pédiatrie ambulatoire - Groupe Obésité, avril 2003</p>	<p>Collation du matin défendue par les parents</p>		<p>Le comité de nutrition de la SFP (société française de pédiatrie) a pris position vis-à-vis de cette collation et la déconseille</p>
<p>La collation de 10 heures en milieu scolaire : un apport alimentaire inadapté et superflu / BOCQUET A, BRESSON JL, BRIEND A et al. Source : Archives de pédiatrie, n°10, 2003</p>	<p>Collation vécue comme un outil éducatif et social par les enseignants</p> <p>Souci de pallier un petit déjeuner insuffisant...</p> <p>Souci d'assurer la couverture des besoins nutritionnels en calcium...</p> <p>La collation remplace de façon satisfaisante le petit déjeuner chez les enfants qui n'en ont pas pris sur le plan purement quantitatif...</p>	<p>...or seulement 7% des enfants de maternelle ne consomment pas de petit déjeuner tous les jours</p> <p>...or ce sont principalement les adolescents qui ont des apports calciques insuffisants</p> <p>L'apport calorique de la collation est conséquent (20% des apports quotidiens conseillés pour un enfant de 4 ans)</p> <p>...mais pas sur le plan qualitatif</p> <p>Sur le plan des horaires, elle est mal adaptée, trop éloignée du réveil et trop proche du déjeuner</p> <p>Conséquences néfastes de la collation sur le plan nutritionnel et éducatif</p>	<p>La collation du matin doit être servie au plus tard deux heures avant le déjeuner</p> <p>Distribuer aux seuls enfants qui n'auraient pas pris de petit-déjeuner équilibré dès l'arrivée à l'école</p> <p>Eviter toute offre alimentaire inter-prandiale et en intégrant la distribution de lait, de laitage et de fruits dans des repas structurés</p> <p>Eviter d'augmenter exagérément les apports caloriques, en proscrivant notamment la distribution de lait entier ainsi que celle de biscuits, en particulier ceux contenant plus de 15% de matières grasses, de viennoiseries et de confiseries</p> <p>La SFP recommande de supprimer la collation et de développer parallèlement dans les écoles des campagnes d'information et d'éducation sur l'importance du petit-déjeuner pour l'équilibre et les rythmes alimentaires</p>

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>Education et nutrition : pour une prévention primaire de l'obésité / BAUDIER F. <i>Source : Médecine et nutrition, tome 31, n°6, 1995</i></p>			<p>« Le goûter du matin n'est pas une nécessité, surtout lorsque l'on a pris un bon petit déjeuner : un fruit peut-être si l'on a un petit creux à 10h »</p>
<p>Ecole : le goûter du matin contesté / CORRE Yvon <i>Source : Le Télégramme, 26/11/2003</i></p>		<p>« On a des enfants qui arrivent avec des quantités incroyables de produits chocolatés » <i>Bernard Giguelay (directeur de l'école primaire publique de Plouezoc'h)</i></p> <p>« Certains enfants n'osent plus emmener de fruits avec eux parce que ça fait ringard » <i>Bernard Giguelay (directeur de l'école primaire publique de Plouezoc'h)</i></p> <p>« Pour avoir supprimé la collation en maternelle et demandé aux grands de ne plus apporter de gros goûters, elle a dû faire face à quelques protestations » <i>(Danièle Salaun, directrice du groupe scolaire de Plourin Ploudalmézeau)</i></p>	<p>Elaborée avec les enfants, une lettre a été adressée aux parents pour qu'ils voient la composition de ces goûters du matin.</p>
<p>Collations et goûters dans les écoles maternelles de Haute-Saône, 2002 ORS de Franche-Comté, CODES de Haute-Saône, IA de Haute Saône <i>Source : BEH, n°14, 2004</i></p>		<p>27% des collations sont constituées de gâteaux sucrés ou barres de céréales</p> <p>la composition de la collation apparaît peu variée (beaucoup de biscuits et de gâteaux), trop riche en graisses et en sucres rapides et dépourvus de fruits</p>	<p>Recommandations : Faire évoluer la collation du matin comme un acte pédagogique d'éducation au goût, en accord avec le PNNS et supprimer le goûter à l'école</p> <p>Engager avec l'ensemble de l'équipe éducative et les familles une réflexion sur l'intérêt du maintien de la collation matinale à l'école</p>

POSITIONNEMENTS SUR LA COLLATION DU MATIN

<p>Collations et goûters dans les écoles maternelles de Haute-Saône, 2002 ORS de Franche-Comté, CODES de Haute-Saône, IA de Haute Saône <i>Source : BEH, n°14, 2004</i></p>			<p>La collation doit être servie au plus tard deux heures avant le déjeuner, soit avant 10h</p> <p>La collation doit être variée dans le temps</p> <p>La prise est unique, identique pour tous</p>
<p>La collation en maternelle : pourquoi ? comment ? guide des bonnes pratiques / Mairie de Nanterre</p>			<p>Cf document.</p>